

## 我想成為這樣的人

904 李芸汝

小時候總是對未來有著無限的想像，幻想自己會成為受人尊敬的老師、專業又善良的醫師，甚至是到月球上的太空人。但隨著年齡的增長，更加瞭解這個世界的樣貌後，我希望我能成為一位心理諮商師。

現代人在繁忙的日常生活中，大多都背負著壓力，或許是因為經濟，或許是時間，又或是情感的問題，許多人生活在步調快、競爭力強的城市中，而這些人似乎也因此累積了不少壓力，但很多人因為不想說、不敢說，而將痛苦、煩惱都隱藏起來，最終一次爆發，造成無法挽回的後果。

時代的轉變，如今，因為心理問題而輕生的人數在增加，也有很多人不知道該如何解決、面對，我希望能將心理治療的好處讓大家知道，並告訴大家心理疾病不該被忽視，它也可能造成嚴重後果。

要成為心理諮商師並不簡單，想讓患者願意打開心扉，說出自己的壓力來源，必須讓他信任，並且讓他明白，將話說出口，會比一個人默默承受更好，慢

慢引導出患者的內心想法，讓他瞭解心理諮商不可怕，希望能讓他們在對談的過程中得到放鬆。

心理諮商師就像一道溫柔的陽光，無差別的輕輕溫暖大家，彷彿所有壓力都因此蒸散了，我也想成為這樣的人物，為現代社會做出一點貢獻，我願意傾聽大家的煩惱，讓人依靠。